بهاری، فرشاد؛ فاتحی زاده، مریم؛ احمدی، سید احمد؛ مولوی، حسین؛ بهرامی، فاطمه (۱۳۹۰). تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباط همسران بر کاهش تعارض‌های زناشویی زوجهای متعارض متقاضی طلاق. پژوهش های روان‌شناسی بالینی و مشاوره ، ۱ (۱)، ۷۰- ۵۹.

تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباط همسران بر کاهش تعارض‌های زناشویی زوجهای متعارض متقاضی طلاق[1]

فرشاد بهاری[2]، مریم فاتحی زاده، سید احمد احمدی، حسین مولوی، فاطمه بهرامی

تاریخ دریافت: ۱۳۸۸/۷/۲۵ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۴/۲۸

چکیده

معمولا" به زوجها توصیه می شود که برای افزایش هماهنگی و پرهیز از تعارضات، مهارتهای ارتباطی خود را بهبود بخشند.اما مطالعاتی که هدفشان کاهش تعارضات زناشویی در مراکز مداخله و مشاوره خانواده است، محدودند.این پژوهش با هدف تاثیر آموزش برنامه ارتباط همسران برمیزان تعارض زناشویی زوجهای متعارض انجام شد. پژوهش حاضر شبه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل و نمونه گیری در دسترس و جایگزینی تصادفی بود. جامعه آماری ۴۴۰ زوج مرکز مداخله در بحران شهر اصفهان در ۱۳۸۷ بود. ۳۰ زوج به طورتصادفی در دو گروه جایگزین شدند. زوجهای گروه مداخله طی دو ماه هشت جلسه دو ساعته مهارتهای ارتباط همسران(شرود،میلر،و همکاران،۱۹۹۲)آموزش دیدند. ابزار تحقیق پرسشنامه تعارض زناشویی(براتی و ثنایی، ۱۳۷۵) بود که پایایی آن۸۰/. بدست آمد. داده ها با استفاده از آزمون t گروههای همبسته و ضریب همبستگی پیرسون تحلیل شدند. یافته ها نشان دادند که بین میانگین نمرات پس آزمون زوجهای گروه مداخله و گروه گواه تفاوت معنادار($P<0.05$) وجود دارد. همین طور، تفاوت معناداری درمیزان تعارض کلی تعارض زناشویی و حیطه‌های واکنشهای هیجانی، جلب حمایت فرزندان، رابطه با اقوام و دوستان خود($P< 0.05$) دیده شد. این برنامه درکاهش واکنشهای هیجانی، جلب حمایت فرزندان، رابطه با اقوام و دوستان خود و میزان کلی تعارض زناشویی زوجهای متقاضی طلاق موثر بوده است.

واژه های کلیدی: آموزش همسران، مهارت ارتباطی، سبک تعارض، زوج طلاق

[1].این مقاله مستخرج از بخشی از پایان نامه دکتری مشاوره اینجانب در دانشگاه اصفهان می باشد.

[2] عضو هیات علمی دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات اراک، fbahari200277@yahoo.com

مقدمه

تعارض در روابط وقتی بروز می‌کند که رفتار یک شخص با توقعات شخص دیگر جور در نیاید (دیویس،ترجمه بهاری، ۱۳۸۲). یکی از مشکلات شایع در خانواده، *تعارض زناشویی* است. تعارض در روابط صمیمی امری طبیعی است و ازدواج از این قاعده مستثنی نیست زیرا تعاملات مکرر و مختلف زوجین زمینه‌های بی شماری را برای تعارض فراهم می کند(لیم هونگ[1]،۲۰۰۰؛ به نقل از ویکس،۲۰۰۱).

فروید منبع تعارض بین فردی را به تعارض انرژیهای درون روانی که ناشی از مسایل حل نشده در کودکی بود، نسبت می‌داد. دیدگاه عقلانی-عاطفی- رفتاری مدعی است که دلیل تعاملات زناشویی آشفته توقعات غیر واقع بینانه ای است که زن و شوهر نه صرفا در مورد خود یا دیگران بلکه درباره خود رابطه زناشویی دارند(دی گایسپه و ذی،۱۹۸۶، الیس،۱۹۸۶؛الیس،۲۰۰۳). فریمو[2] (۱۹۹۰) مشکلات ارتباط فعلی افراد را بازتاب مسائل خانواده اصلی آنها می‌داند. به اعتقاد او ما نمی‌توانیم همسرمان را واضح و شفاف ببینیم وتصاویری را بر او فرافکنی می کنیم. بنابراین، تعامل بین این فرافکنیهای متقابل موجب مشکلات زوج‌ها می‌شود. زیرا زن و شوهر در مورد مسائل واقعی خود بحث نمی کنند، بلکه در مورد فرافکنیها و تصاویر ذهنی مرتبط با روابط قبلی به بحث می‌پردازند(هاروی،۲۰۰۵). از دید سیستمی، اکثر زوج‌ها به این دلیل دچار تعارض می‌شوند که هرکدام سعی می کند دیگری را وادار به تغییرکند. اما این تغییر معمولا"با بیزاری همراه است که بعدها خواه آشکارا یا در خفا ابراز خواهد شد (سیلوراستاین۳،به نقل از هاروی، ۲۰۰۵). زوج درمانی هیجان محور[4] (جانسون،۱۹۹۶؛ گرینبرگ و جانسون۵،۱۹۸۸) معتقد است که عوامل کلیدی در ناراحتی زناشویی، استنباط مستمر از جذب حالات عاطفی ناراحت کننده و الگوهای تعاملی مخرب محصور شده‌ای است که مقدم بر این عاطفه است (دانوان۶،۱۹۹۹).

بسیاری از صاحبنظران، نظریه های مرحله ای گوناگونی را برای توصیف فرایند طلاق بکار گرفته اند. این مفهوم سازیها از فرایند دو مرحله ای ساده "استحاله"و"بهبودی"(ویس،۱۹۷۶) تا فرایند هفت مرحله‌ای طلاق

---

1. Lim Hong
2. Framo
3. Louise Bordeaux Silverstein
4. Emotion-focused Couple therapy
5. Johnson and Greenberg
6. Donovan

(کسلر،۱۹۷۵) دامنه دارند. از دید تحولی، تعارض زناشویی اساسا" از یک زوج به زوج دیگر نه فقط با توجه به مسایل خاصی که حول آنها تعارض شکل گرفته است بلکه به گو نه ای مهمتر با توجه به طول عمر و شدت تعارض[1] متفاوت است (گه رن، فای، کاتو، و بوردین،۱۹۸۷). در رویکرد تحولی آنها به تعارض زناشویی، زوجها چهار مرحله را طی می کنند که در مرحله اول که موسوم به مخالفت اولیه است هر دو زوج از خانواده خوش کارکردی می‌آیند که فقط استرس اندکی داشته اند. در این دوره برنامه های آموزشی و پیشگیرانه موسوم به آموزش سیستمهای خانواده توصیه می‌شود. در مرحله دوم یا تعارض تکرار شونده، درمانگر با حرکت کردن مستقیم به سمت تعارض زناشویی روی راههای حفظ رابطه یا آمیزش عاطفی یا هردو کار می کند. این ساختار موجب کاهش برانگیختگی هیجانی و اضطراب زوج‌ها می شود تا دوباره توجه شان را روی خود متمرکز کنند. مرحله سوم یا تعارض شدید ویژه زوجهایی است که ادامه ازدواج را بازی مرگ و زندگی می دانند، مداخلات سیستمی در این مرحله می توانند مفید باشند، و سرانجام، در مرحله چهارم یا رابطه تشدید یافته زوج‌ها که مشخصه بارز آن "گرفتن وکیل" توسط یکی یا هر دو زوج است، درمان رابطه کارساز نیست و درمان فردی هر یک از زوجها و کمک به اطرافیان آنها مانند والدین و فرزندان، درمان ارجح است (گه رن و همکاران،۱۹۸۷ :۸-۱۴۷). در این مرحله، طلاق می تواند ابزاری برای مدیریت تعارض باشد که موجب آرامش خاطر شده و به ناراحتی و خصومت خاتمه می دهد (براون،۱۹۷۶).

فروپاشی روابط زوجین شایعترین جلوه تعارض شدید است. شواهد نشان می‌دهند که حدود نیمی از ازدواجهای امروزی به طلاق می انجامد. بعد از طلاق حدود ۶۵٪ زنان و ۷۰٪ مردان احتمالا" دوباره ازدواج می کنند و حدود ۵۰٪ افرادی که برای بار دوم ازدواج کرده اند، دوباره طلاق می گیرند(گاتمن،۱۹۹۸؛ به نقل از یانگ و لانگ،۲۰۰۷؛ ورثینگتون[2]، ۲۰۰۵).

مشکلات ارتباطی از رایجترین مشکلاتی است که زوجین بیان می کنند. بیش از ۹۰٪ زوجهای آشفته این مشکلات را به عنوان مساله اصلی در روابط خود بیان می کنند. مشکلات ارتباطی مساله کلیدی در رویکردهای ارتباطی به خانواده است. این رویکردها تعارض زناشویی را به عنوان رابطه ای ناکارساز تحلیل می کنند. این منازعات اغلب دور باطلی را ایجاد می کنند که یافتن نقطه آغاز در آن بی معناست(رضا زاده،۱۳۸۷: ۴۴).

[1]. Duration and intensity of conflict
[2]. Worthington

ریشه های بررسی ارتباطات زناشویی به اواخر سالهای دهه ۱۹۶۰ بر می گردد. از سال ۱۹۷۱ به بعد، بیش از ۷۰ مطالعه درباره ارتباطات همسران شامل ۴۰ مطالعه کمی و ۳۹ مطالعه کیفی انجام شده است (جاکوبوسکی، ۲۰۰۴). برنامه مهارتهای ارتباط همسران بر جنبه‌های نگرشی و رفتاری زوجها برای حل تعارض‌های زناشویی تاکید می کند. تمام مطالعات در این باره روی ارتباط همسران و تحقیقات اخیر روی مهارتهای ارتباط همسران تاکید کرده اند(میلر و همکاران، ۱۹۹۱؛ ترجمه بهاری، ۱۳۸۵؛ میلر،۱۹۷۱؛ و میلر و نانالی،۱۹۷۶). برخی از صاحب نظران تبادل‌های رفتاری زناشویی و یا عوامل رابطه‌ای نظیر مهارت‌ها را کانون مداخله خود قرار داده اند (برای نمونه،جاکوبسن و مارگولین۱، ۱۹۷۹ ؛به نقل از برنشتاین و برنشتاین۲،ترجمه سهرابی۱۳۷۷). برنشتاین و همکارانش (۱۹۸۹) تاثیر ترکیب یک برنامه حل مساله را با آموزش ارتباط در کاهش درماندگی زناشویی اثبات کردند(به نقل از اعتمادی،۱۳۸۵). همچنین، جاکوبسن (۱۹۸۹) با استفاده از راهبرد حل مشکل تغییرات مثبتی را در زوجین ایجاد کرده است(نوابی نژاد، ۱۳۸۰).

پژوهش های زیادی نشان داده اند که آموزش ارتباط همسران موجب کاهش تعارض و افزایش رضایت شده است. پژوهش های فراتحلیلی، اندازه اثر را برای درمان تعارض زناشویی در شیوه زوج درمانی رفتاری ۷۶/.، شناخت درمانی ۶۱/.، و آموزش ارتباط همسران ۹۰/. نشان داده اند(دان و اسکویل،۱۹۹۵؛ به نقل از اعتمادی، ۱۳۸۵). جارویس و همکارانش(۲۰۰۵) عقیده دارند که آموزش مهارت‌های ارتباطی به فرد می‌آموزد که چطور آغازگر رابطه باشد و آن را ادامه دهد و فعالانه به حرفهای طرف رابطه گوش دهد، افکار و احساساتش را به راحتی ابراز کند و احساسات طرف مقابل را درک کند و به طور سازنده ای به حل مسایل بپردازد (به نقل از باباپور خیرالدینی،۱۳۸۷).

مطالعات حاکی از همبستگی بالا بین مهارتهای ارتباطی و حل تعارض زوجین و سازگاری زناشویی و نرخ طلاق است(برای نمونه، کریستنسن و شنک[۳]،۱۹۹۰؛ساندرز، هالفورد، و بهرنس[۴]،۱۹۹۸؛ لارنس و برادبوری[۵]، ۲۰۰۰). یالسین و کاراهان[۶] (۲۰۰۷) عقیده دارند که یکی از بهترین راههای تقویت رابطه همسران تعلیم

---

[1]. Jacobson and Margulin
[2]. Bernstein and Bernstein
[3]. Christensen and Shenk
[4]. Sanders, Halford, and Behrens
[5].Lawrence and Bradbury
[6]. Yalcin, and Kalahan

مهارتهای ارتباطی به زوجها است که به آنها کمک می کند تا تعارضات زناشویی آتی شان را حل و فصل کنند. آنها در تحقیق خود پی بردند که برنامه آموزشی ارتباط همسران، بر میزان سازگاری زناشویی آنان موثر است. شیلینگ و همکاران(۲۰۰۱)، هالفورد و همکاران (۲۰۰۱) و باتلر و وامپلر (۱۹۹۹) پی بردند که برنامه ارتباط همسران اثرات مثبتی روی سطوح سازگاری زناشویی گذاشته اند.

به طورکلی، برنامه ارتباط همسران می تواند برنامه‌ای معتبر، پایا و عملی برای افزایش سازگاری زناشویی بین زوجهای دچار تعارض باشد زیرا نه تنها زوجهای مورد مطالعه در مقایسه با زوجهای گروه گواه مهارتهای بهتری را رواج دادند بلکه احساس هماهنگی و همکاری بیشتری را گزارش کرده اند(یالسین و کاراهان،۲۰۰۴).

نتیجه ای که از این یافته ها می‌توان گرفت این است که آموزش مهارتهای ارتباط همسران که مبتنی بر سبک همکاری است بیشترین میزان رضایت زناشویی را هم برای زن و هم شوهر به همراه دارد. با توجه به این یافته ها این پژوهش در صدد است که به تعیین تاثیر آموزش مهارتهای ارتباط همسران بر میزان تعارضات زناشویی زوجهای متقاضی طلاق شهر اصفهان بپردازد.

فرضیات پژوهش

آموزش مهارتهای ارتباط همسران بر کاهش میزان تعارض زناشویی زوجها موثر است.

آموزش مهارتهای ارتباط همسران بر کاهش میزان ابعاد تعارض زناشویی زوجها موثر است.

روش پژوهش

جامعه آماری، حجم نمونه، روش نمونه گیری، اجرا و تجزیه و تحلیل داده های پژوهش

نوع مطالعه شبه آزمایش همراه با پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه و با استفاده از جایگزینی تصادفی بود. جامعه آماری، شامل ۴۴۰ زوج بودند که به دلیل وجود تعارض شدید از سوی دادگاه خانواده به مرکز مداخله و مشاوره خانواده شهر اصفهان در سال ۱۳۸۷ ارجاع شده بودند. تعداد۳۰ زوج به طور تصادفی ساده (قرعه کشی) به عنوان نمونه انتخاب و با استفاده از روش جایگزینی در دوگروه آزمایش و کنترل(هرگروه ۱۵زوج) قرار گرفتند. آموزش ارتباط همسران طی هشت جلسه دو ساعته(۱۶ ساعت)در قالب هفته ای یک جلسه به شرح زیر اجرا گردید. سپس داده ها با استفاده از آزمون همگنی واریانسها، تحلیل واریانس دو طرفه و کوواریانس تحلیل شد.

خلاصه جلسات روان آموزشی مهارتهای ارتباط با همسران

عنوان	رئوس محتوای جلسات
جلسه۱	معارفه مختصری شامل برقراری تفاهم، علت مراجعه یا ارجاع، ترسیم جنوگرام زوجین و شرح جلسات
جلسه ۲	تکمیل پیش آزمونهای سبک‌های اداره تعارض‌های بین فردی و تعارض‌های زناشویی را زیر نظر یکی از همکاران مرکز تکمیل کردند و زوجین با حیطه های تعارض‌های خود و شیوه غالب حل تعارض‌ها با توجه به نتایج پرسشنامه سبک‌های اداره تعارض، و مزایا و معایب هر یک از سبک ها آشنا شدند.
جلسه۳	آشنایی با پایه های روابط سالم: نگرش سالم و ناسالم (چرخه آگاهی) و مهارت‌های حرف زدن شامل با خودگویی، حرف زدن از طرف خود، توصیف اطلاعات حسی، بیان افکار، ابراز احساسات، بیان خواسته‌ها، درمیان گذاشتن اقدامات.
جلسه ۴	آموزش پنج مهارتهای اصلی گوش دادن شامل توجه کردن، تصدیق کردن،دعوت کردن، خلاصه کردن، و سوال کردن از همسر
جلسه ۵	آشنایی با چهار سبک رایج ارتباطی زناشویی (گپ زدن-گوش دادن رسمی، حرف زدن سلطه گرانه-گوش دادن واکنشی، حرف زدن جستجو گرانه- گوش دادن اکتشافی، و حرف زدن صریح- گوش دادن توجه آمیز)، نقشه ارتباط و مراحل ارتباط زناشویی
جلسه ۶	معرفی و آموزش هشت گام فرایندهای حل تعارض و برنامه ریزی برای حل تعارض
جلسه ۷	مروری بر برنامه آموزش مهارتهای ارتباطی و اخذ نظرات زوجین
جلسه ۸	تکمیل پس آزمونهای تعارض‌های زناشویی و سبک‌های حل تعارض مجددا" توسط شرکت کنندگان زیر نظر یکی از همکاران (مطالعه دو سرکور)

ابزار پژوهش و پایایی و روایی آن

ابزار پژوهش پرسشنامه تعارض‌های زناشویی(MCQ) ساخته شده توسط براتی و ثنایی(۱۳۷۵) بود که دارای ۴۲ سوال است که هفت حیطه تعارض زوجین: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش رابطه با اقوام خود، کاهش رابطه با اقوام همسر، جدا کردن امور مالی از همدیگر، افزایش جلب حمایت فرزند، و کل تعارضات زناشویی را بررسی می کند. دامنه نمرات سوالها بین ۱ تا ۵ و دامنه نمرات پرسشنامه بین ۴۲ تا ۲۱۰ می باشد. پایایی این ابزار توسط براتی (۱۳۷۵) برابر با ۰/۵۲،توسط فرحبخش (۱۳۸۴) ۰/۶۹ و در

مطالعه حاضر ۸۰٪ بدست آمد. نمره گذاری سوالات به روش لیکرت است. نمره پایین حاکی از تعارض طبیعی و نمره بالاتر نشانه شدت تعارض است.

یافته‌های پژوهش

به منظور بررسی تاثیر آموزش برنامه ارتباط همسران بر میزان تعارضات زناشویی و سبکهای حل تعارض بین فردی آزمودنی ها، از آزمون t گروههای وابسته و روش تحلیل کوواریانس یک راهه استفاده شد.

جدول ۱) نتایج آزمون لوین برای همگنی واریانسها در تعارضات زناشویی زوجهای متقاضی طلاق

گروهها	میانگین	انحراف معیار	آزمونF	df1	df2	سطح معناداری
آزمایش گواه	۱۱/٤۰ ۱۲/۶۷	۶/۵۲ ۲۹/۳	۲/۲۱۷	۱	۵۹	۰/۰۹۶

با توجه به سطح معناداری آزمون F که بیشتر از ۰/۰۵ است، شرایط استفاده از آزمونهای پارامتری وجود دارد.

جدول۲) نتایج همبستگی بین متغیرهای جمعیت شناختی و پیش آزمون زوجین در تعارضات زناشویی (۳۰ زوج=n)

تعارضات زناشویی	مدت ازدواج	سن زنان	سواد زنان	تعداد فرزندان	سن مردان	سواد مردان
همبستگی پیرسون	-۰/۶۳	-۰/۳۱	۰/۲۰۴	۰/۵۷	۰/۱۹۷	۰/۲۹۱(#)
سطح معناداری (دو دامنه)	۰/۶۳۳	۰/۸۱۷	۰/۱۱۸.	۰/۶۶۴	۰/۱۳۲	۰/۰۲۴

*همبستگی در سطح ۰/۰۵(دو دامنه) معنادار است.

با توجه به وجود همبستگی منفی معنادار($p < ۰/۰۵$) بین سواد شوهران و پیش آزمون تعارضات زناشویی (جدول۲) می‌توان گفت که هرچه سواد شوهران بیشتر باشد میزان تعارضات زناشویی پایین‌تر است. بنابراین در تحلیل نهایی از تحلیل کوواریانس یک راهه استفاده شد.

جدول۳) نتایج تحلیل کووراریانس یک راهه بر روی میانگین نمرات پیش آزمون و پس آزمون گروههای آزمایش و کنترل در متغییر تعارضات زناشویی

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آزمونF	سطح معناداری	مجذور اتا
درون گروهی	۳۲۳/۲۳۳	۱	۳۲۳/۲۳۳	۳/۵۰۲	۰/۰۰۳	۰/۰۶۰
بین گروهی	۱۲۴/۷۹۶	۲	۴۱/۵۹۹	۰/۴۵۱	۰/۰۴۸	۰/۰۲۴
خطا	۵۰۷۷/۱۶۷		۹۲/۳۱۲			

با توجه به نتایج (۰/۰۲۴و ۰/۰۶۰=مجذور اتا و ۰/۰۵ >P ، ۰/۴۵۱ و۳/۵۰۲=F) می‌توان نتیجه گرفت که با همراه کردن(کوواریته) تحصیلات شوهران آموزش برنامه ارتباط همسران موثر است.

جدول ۴) نتایج آزمون t- گروههای وابسته برای تعارضات زناشویی زوجین متقاضی طلاق

تعارضات زناشویی (پیش آزمون- پس آزمون)	تفاوت های زوجی				
	میانگین	انحراف معیار	آزمون t	درجه آزادی	سطح معناداری (دو دامنه)
کاهش همکاری	−۰/۲۸۳	۳/۹۵۴	−۰/۵۵۵	۵۹	۰/۵۸۱
کاهش رابطه جنسی	۰/۳۶۷	۳/۷۷۷	۰/۷۵۲	۵۹	۰/۴۵۵
افزایش واکنش هیجانی	۲/۰۵۰	۶/۳۹۷	۲/۴۸۲	۵۹	۰/۰۱۶
افزایش رابطه با اقوام خود	۱/۲۰۰	۳/۹۹۰	۲/۳۲۹	۵۹	۰/۰۲۳
کاهش رابطه با اقوام همسر	۱/۸۳	۴/۳۸۱	۲/۷۹۹	۵۹	۰/۰۰۷
جدا کردن امور مالی از همدیگر،	−۱/۴۱۷	۴/۱۸۷	−۲/۶۲۱	۵۹	۰/۰۱۱
افزایش جلب حمایت فرزند	۱/۰۳۳	۳/۹۰۹	۲/۰۴۷	۵۹	۰/۰۴۵
کل تعارضات زناشویی	۴/۰۳۳	۱۴/۸۸۷	۲/۰۹۹	۵۹	۰/۰۴۰

همین طور، نتایج مقایسه های زوجی میانگین نمرات پیش آزمون و پس آزمون تعارضات زناشویی زوجین متقاضی طلاق نشان می‌دهد که آموزش مهارتهای ارتباط همسران در ابعاد واکنشهای هیجانی

(a= ۰/۰۱۶ و۲/۴۸۲ =t)، رابطه با اقوا م خود(۰/۰۲۳= t = ۲/۳۲۹, a) جلب حمایت فرزندان(۰/۰۴۵=a و۲/۰۴۷=t)، و کل میزان تعارضات زناشویی(۰/۰۴۰=a و ۲/۰۹۹=t) تاثیر داشته اما با توجه به مقدار تفاوت منفی بین نمرات پیش آزمون و پس آزمون زوجین در بعد جدا کردن امور مالی(۰/۰۱۱ =a و۲/۶۲۱- =t)، تاثیر مثبت نداشته است.

بحث

نتایج نشان داد که برنامه آموزش مهارتهای ارتباط همسران توانسته است موجب کاهش واکنشهای هیجانی، کاهش جلب حمایت فرزندان توسط هر یک از زوجین، کاهش رابطه با اقوام و دوستان خود هنگام تعارض و به طورکلی کاهش میزان تعارض زوجهای متقاضی طلاق شود. این یافته با نتایج پژوهش برنشتاین و همکارانش (۱۹۸۹) مبنی بر تاثیر ترکیب برنامه حل مساله با آموزش ارتباط در کاهش درماندگی زناشویی، همسو است. نتایج این مطالعه با یافته های جاکوبسکی(۲۰۰۴)، یالسین و کاراهان(۲۰۰۴)، شیلینگ و همکاران(۲۰۰۱)، هالفورد و همکاران(۲۰۰۱)، باتلر و وامپلر(۱۹۹۹)، و میلر و همکاران، (۱۹۹۱)؛ ترجمه بهاری، ۱۳۸۳؛ میلر و نانالی،۱۹۷۶؛ و میلر،۱۹۷۱) که معتقدند برنامه مهارتهای ارتباط همسران بر جنبه‌های نگرشی و رفتاری زوجها برای حل تعارضات زناشویی تاکید می کند، همسو است.

همچنین، این یافته با عقیده جارویس و همکارانش(۲۰۰۵؛به نقل از اعتمادی،۱۳۸۵) که معتقدند آموزش مهارت‌های ارتباطی به فرد می‌آموزد که چطور به طور سازنده ای به حل مسایل بپردازد، همخوانی دارد.

بنابراین می‌توان گفت که یک شیوه مطمئن برای کمک به کاهش تعارض زوجهای درحال طلاق هدایت آنها به سمت آموختن مهارتهای ارتباط همسران است. زیرا همان طور که اولری و همکاران[1](۱۹۸۹؛ به نقل از رضازاده،۱۳۸۷) پی بردند، بین مهارتهای ارتباطی ضعیف و اختلافات زناشویی همبستگی معناداری وجود دارد. تجارب بالینی پژوهشگر نیز حاکیست که اکثر زوجهای متعارض و ناسازگار دارای مهارتهای ارتباطی ضعیف، تحمل پایین در برابر انتقاد، توانایی ضعیف در حل مشکلات زناشویی، و قدرت درک پایین شریک زندگی هستند و هنگام تعارض دید مثبت به خود و دید منفی به شریک زندگی دارند. با توجه به نتایج این مطالعه پیشنهاد می شود که آموزش مهارتهای ارتباط همسران به عنوان یکی از مداخلات روانی- آموزشی بر سایر مداخلات مشاوره ای افزوده شود.

[1]. O'Leary and et al

منابع

اعتمادی، عذرا، نوابی نژاد، شکوه، احمدی،سید احمد، و فرزاد، ولی الله (۱۳۸۵). بررسی اثربخشی زوج درمانی شناختی- رفتاری بر صمیمیت زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاور در شهر اصفهان. فصلنامه علمی- پژوهشی مطالعات روانشناختی.دوره ۲ (۱و۲)۶۹-۸۸، تابستان۱۳۸۵.

براتی، طاهره. (۱۳۷۵). تاثیر تعارض‌های زناشویی بر روابط متقابل زن و شوهر. "پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره". تهران : دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن.

برنشتاین.،چ.ف، برنشتاین.،م.ت.(۱۳۷۷). شناخت و درمان اختلافات زناشویی(زناشویی درمانی). ترجمه حمید رضا سهرابی. انتشارات موسسه خدمات فرهنگی رسا.چ.اول.۱۳۷۷.

بهاری.فرشاد,میرویسی، لیلی(۱۳۷۷) گونه شناسی طلاق و سیر آن. نشریه داخلی پیام مشاوره. شماره ۳و۴. دفتر مرکزی مشاوره دانشجویی. وزارت بهداشت, درمان و آموزش پزشکی.۱۳۷۷

بهاری. فرشاد(۱۳۷۹). ارزیابی و مقایسه عملکرد خانوادگی زوجهای غیر طلاق و زوجهای درحال طلاق مرجوعی به سازمان پزشکی قانونی کشور. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم تهران

بهاری. فرشاد(۱۳۸۸). مقایسه تاثیر سه روش مشاوره ای شناختی-انگیزشی امید، بخشش و ترکیبی برسازش زوجین متقاضی طلاق شهر اصفهان. پایان نامه دکتری مشاوره. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.دانشگاه اصفهان. ۱۳۸۸.

رضا زاده.، محمد رضا(۱۳۸۷). رابطه مهارتهای ارتباطی و سازگاری زناشویی در دانشجویان.دو فصلنامه روانشناسی معاصر انجمن روانشناسی ایران. دوره سوم،شماره ۱.بهار۱۳۸۷.

فرحبخش،کیومرث (۱۳۸۳) مقایسه میزان اثربخشی مشاوره زناشویی به شیوه شناختی الیس، واقعیت درمانی گلاسر و اختلاطی از آن دو در کاهش تعارضات زناشویی. پایان نامه دکتری مشاوره. تهران:دانشگاه علامه طباطبایی. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.

مولوی. حسین(۱۳۸۶) راهنمای عملی SPSS10-13-14 در علوم رفتاری: تحلیل توصیفی و استنباطی داده ها در طرح‌های پژوهشی، آمار و روانسنجی (ویرایش جدید). انتشارات پویش اندیشه. ۱۳۸۶

میلر،شرود، و همکاران.(۱۳۸۵).آموزش مهارتهای ارتباط زناشویی: حرف زدن و گوش دادن به همدیگر. ترجمه فرشاد بهاری. انتشارات رشد. جلد اول. چ.دوم.۱۳۸۵.

Buttler, M.H., Wampler, K.S.(1999). A meta analytic update of research on the couple communication program. Journal of Family Psychology.27: 223-37.

Christensen,A, Shenk, JL.(1990). Communication, conflict, and psychological distance in non-distresses, clinic, and divorcing couples. Journal of Family Psychology.4:63-79.

Goldenberg, I., and Goldenberg,H.(2007). Family Therapy: An Overview(5th ed.).Pacific Grover, CA: Brooks/Cole. USA.

Halford, W.K., Sanders, M.R.,Behrens, B.C.(2001). Can skills training prevent relationship problems in at-risk couples? Four year effects of a behavioral relationship education program. Journal of Family Psychology.15:135-154.

Jackubski, S.F., Milne, E.P., Brunner, H., & Miller, R.B.(2004). A review of empirically supported marital enrichment programs. Family Relations,53, 528-536.

Lawrence, E., Bradbury, T.N.(2000). Physical aggression and marital dysfunction: A Longitudinal analysis. Journal of Consulting Clinical Psychology.68:4-12

Miller,S.L.(1971). The effects of communication training in small groups upon self-disclosure and openness in engaged couples' systems of interaction: A field experiment. (Doctoral Dissertation, University of Minnesota,1971).

Miller,S.L., and Nunnally, E. W., & Wackman, D. B.(1976). A communication training program for couples. Social Casework,57,9-18.

Sanders, M.R, Halford, W.K., and Behrens, B.C.(1998). Parental divorce and premarital couple communication. Journal of Family Psychology. 12:543-556.

Schilling, E.A., Baucom, D.H., Burentt, C.K., et al.(2001). Altering the course of marriage: the effect of prep communication skills acquisition on couples' risk of becoming martially distressed. Journal of Family Psychology. 15:750-768.

Sprenkle,H.D.(1982). Divorce therapy.(ED). The Harworth Press ,Inc. USA

Weeks.,G.R. and Treat,S.R.(2001). Couples in Treatment: techniques and approaches for effective practice.(2nd Ed.). Brunner-Routledge. Taylor & Francis Group.USA.

Wilmot,.W.W.andHocker.,L.J.(2000). Interpersonal Conflict.6thEd.McGrawHill. 2000

Worthington. E.L.Jr.(2005) Hope-Focused Marriage Counseling: A Guide to Brief Therapy. IVP Academic: USA

Yalcin,B.M.,and Karahan, F.t.(2007). Effects of a Couple Communication Program on Marital Adjustment. JABFM.2007.Vol.20.,No.1.http://www. Jabfm.org.

Young.M.E., and Long.L.L.(2007). Counseling and Therapy for Couples. Brooks/Cole Publishing Company:USA.